5.051 Polievka kelová s párkom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
kel	2,50	2,00	3,00	2,40	3,50	2,80	4,00	3,20
cibuľa	0,30	0,25	0,30	0,25	0,50	0,42	0,60	0,51
olej	0.15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
cesnak	0,05	0,04	0,08	0,07	0,09	0,08	0,10	0,09
múka hladká	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60
párky	1,50	1,43	2,00	1,90	2,20	2,09	2,50	2,38
paprika mletá červená	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04
rasca	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	
hmotnosť mäsa v g	9		12		13		15	

Výrobný postup

Očistený, umytý kel nakrájame, zalejeme vriacou vodou, pridáme soľ, rascu a varíme. Na oleji speníme očistenú na drobno pokrájanú cibuľu, do ktorej pridáme múku, mletú červenú papriku. Zápražku riedime vodou, rozšľaháme a pridáme ku kelu. Ochutíme prelisovaným cesnakom a varíme 20 minút. Párky uvaríme zvlášť vo vriacej vode a vkladáme pokrájané do polievky.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	322	77	2,87	5,5	0,9	3,6	1,0	43,0	0,6	0,111	0,0	0,0	5,7	0,0
B	423	101	3,74	7,3	1,2	4,6	1,1	51,8	0,8	0,134	0,1	0,1	6,9	0,0
C	511	123	4,25	8,9	1,8	5,8	1,4	60,0	0,9	0,156	0,1	0,1	8,1	0,0
D	610	146	4,90	10,7	2,5	6,9	1,6	69,0	1,0	0,17	0,1	0,1	9,2	0,0

										8				